

Неделя ответственного отношения к здоровью



Главный терапевт Министерства здравоохранения Новосибирской области, профессор, доктор медицинских наук Герасименко Оксана Николаевна рассказала о мероприятиях, проводимых в рамках этой недели.

«Формирование ответственного отношения к своему здоровью – это активный процесс обучения пациентов навыкам ведения здорового образа жизни, соблюдению мер личной гигиены и приверженности к мероприятиям по ранней диагностике заболеваний. В Госпитале ветеранов войн №3 реализуются информационно-просветительские проекты для населения. Так в рамках проекта «Активное долголетие» с пожилыми пациентами работают врачи-гериатры, психолог проводит тренинги и формирует полезные навыки. Систематически проводится Школа «Здорового питания», которую могут посетить все желающие. Школа включает пять тематических занятий с мастер-классами. Большой популярностью у пациентов пользуется проект «Физическая культура – основа здоровья и долголетия», который включает занятия по скандинавской ходьбе, а также пациенты обучаются правильной технике дыхательной гимнастики.

В отделении медицинской реабилитации курящим пациентам, проходящим лечение, предлагается посетить занятия «Электронные устройства – альтернатива сигаретам. Вред и последствия», «Попкорновая пневмония – фатальное осложнение».

В поликлиниках по месту жительства жители Новосибирской области могут пройти диспансеризацию и профилактические осмотры. Диспансеризация до 40 лет проводится 1 раз в три года, а после 40 лет – ежегодно. В период между диспансеризацией можно пройти профилактический осмотр. Углубленная диспансеризация проводится ежегодно с 18 лет лицам, перенесшим короновиральную инфекцию, с целью раннего выявления осложнений. В рамках диспансеризации проводятся краткое и углубленное профилактическое консультирование с целью формирования у пациентов мотивации на сохранение своего здоровья путем проведения профилактических мероприятий и соблюдение правил здорового образа жизни».